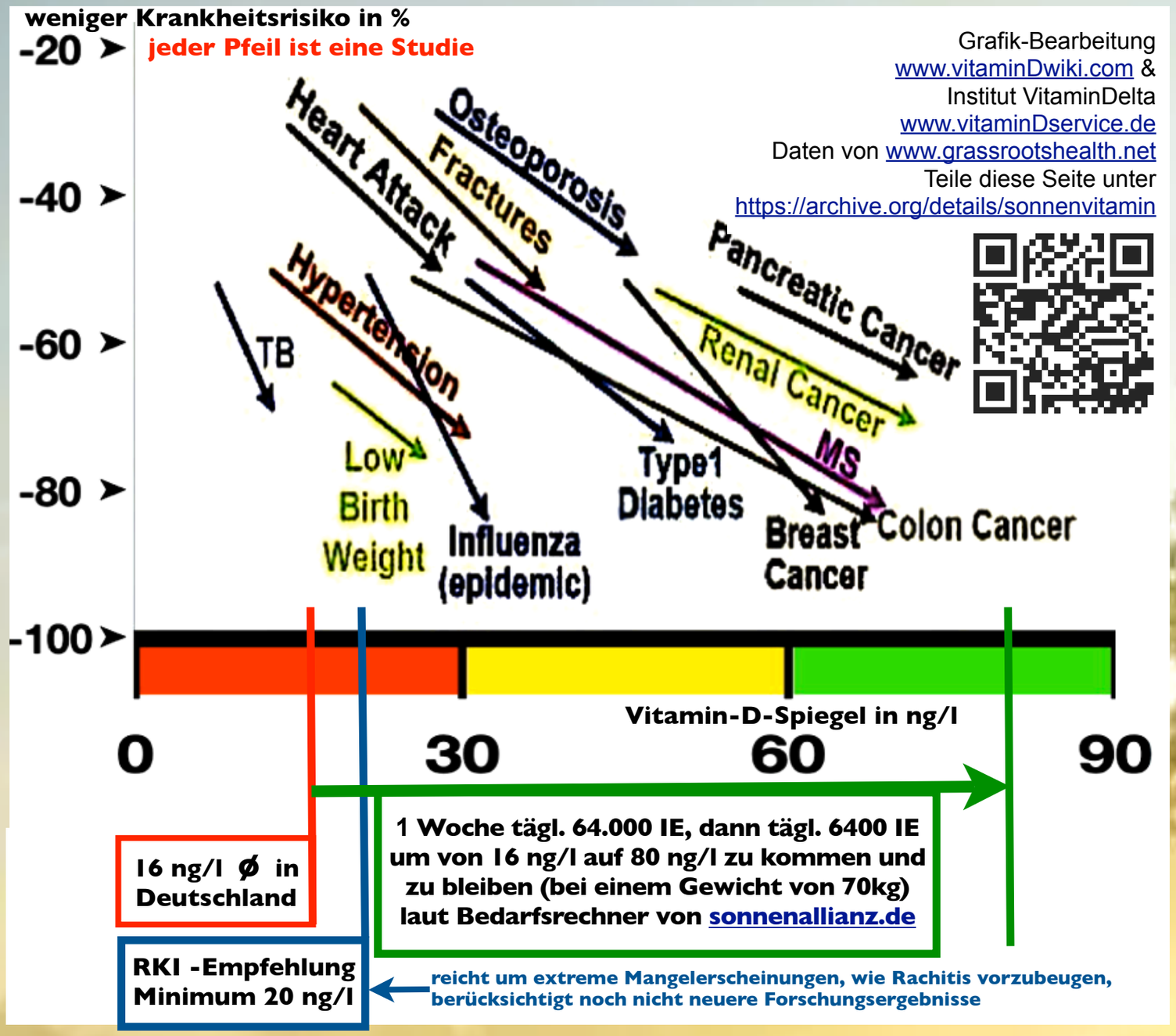
MIT VITAMIN D FÜR ALLE GESUNDHEIT



Grafik-Bearbeitung
www.vitaminDwiki.com &
Institut VitaminDelta
www.vitaminDservice.de
Daten von www.grassrootshealth.net
Teile diese Seite unter
https://archive.org/details/sonnenvitamin

Krankheitsrisiken, die sich laut Studien durch Vitamin D verringern lassen:

Akne
Allergien
Asthma
Autismus
Bluthochdruck
chronische Schmerzen
chronische Müdigkeit
Covid
Depressionen
Diabetes Typ I und Typ II
Ekzeme
Entwicklungsstörungen
Frühgeburt
gestörtes Immunsystem
geringes Geburtsgewicht
Grippe, Influenza
Hashimoto
Immunschwäche
Herzinfarkt
Karies

Vitamin D

kardiovaskuläre Erkrankungen
Knochenbrüche
kognitive Störungen
Kopfschmerzen
Krebs
Multiple Sklerose
Osteoporose
Rachitis
vorgeburtliche Infektionen
...und noch mehr unter
www.vitaminDwiki.com (engl)

Warum wir einen Vitamin-D-Mangel haben?

Wir sind wenig in der Mittagssonne, durch die Vitamin D auf der Haut gebildet werden kann. Wenn doch, dann verhindert meist Kleidung, Sonnencreme und Fensterglas die Vitamin-D-Bildung.
Unsere Nahrung ist arm an natürlichen Vtamin-D-Quellen, wie z.B. tierische Fette aus Freilandhaltung oder Wildfisch.
In unseren Breiten ist in den Wintermonaten fast keine Vitamin-D-Bildung durch Sonnenlicht möglich.
Bisher ist noch wenig Wissen über neuere Vitamin-D-Studien verbreitet: Ärzte lernen es nicht ausreichend im Studium, Krankenkassen zahlen diese Krankheitsvorbeugung und den Bluttest meist nicht und mangels Renditeaussichten gibt es keine große Lobby für Vitamin D.
Viele haben Angst vor Überdosierung und trotz o.g. Risiken wenig Sorgen unterversorgt zu sein.
Infos von: Prof. Jörg Spitz www.sonnenallianz.de & Dr. Raimund v. Helden www.vitamindmangel.org

85-90% der Weltbevölkerung haben einen Vitamin-D-Mangel
Wissenschaftler empfehlen einen Mindestwert von 40 ng/l (100 nmol/l)

MACHE JETZT EINEN TEST!
Informiere dich hier!